

INSTITUTO SUPERIOR MIGUEL TORGA
ESCOLA SUPERIOR DE ALTOS ESTUDOS

**O PAPEL DAS MEMÓRIAS POSITIVAS PRECOSES NOS
ESTILOS DE VINCULAÇÃO E ESTADOS EMOCIONAIS
NEGATIVOS DOS ADOLESCENTES**

MARIA INÊS ANTUNES MARTINHO

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica

Coimbra, Julho de 2012

INSTITUTO SUPERIOR MIGUEL TORGA
ESCOLA SUPERIOR DE ALTOS ESTUDOS

**O PAPEL DAS MEMÓRIAS POSITIVAS PRECOCES NOS
ESTILOS DE VINCULAÇÃO E ESTADOS EMOCIONAIS
NEGATIVOS DOS ADOLESCENTES**

MARIA INÊS ANTUNES MARTINHO

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica

Coimbra, Julho de 2012



O PAPEL DAS MEMÓRIAS POSITIVAS PRECOCES NOS ESTILOS DE VINCULAÇÃO E ESTADOS EMOCIONAIS NEGATIVOS DOS ADOLESCENTES

MARIA INÊS ANTUNES MARTINHO

Dissertação Apresentada ao ISMT para Obtenção de Grau de Mestre em
Psicologia Clínica

Orientadora: Professora Doutora Marina Cunha,
Prof. Auxiliar do Instituto Superior Miguel Torga

Coimbra, Julho de 2012

AGRADECIMENTOS

Aos meus queridos pais, quero agradecer todo o carinho, amor, dedicação, paciência, por estarem sempre disponíveis a ouvir-me, a reconfortar-me, a aconselhar-me e por me terem apoiado sempre e investido na minha instrução como ser humano, como mulher e como profissional. Todo o meu percurso é graças a vocês e como forma de agradecimento dedico-vos tudo o que consegui alcançar.

Ao meu namorado, o meu obrigada por toda a ajuda, por todo o amor, amizade, companheirismo e dedicação. Pela disponibilidade sempre que recorro a ti e a forma como me transmites confiança e me valorizas, não só como mulher, mas também como profissional.

À Senhora Professora Doutora Marina Cunha, agradeço o auxílio e os conselhos durante toda a elaboração deste trabalho, toda a sua paciência e disponibilidade ao longo deste percurso. Também a sua gentileza e simpatia foram cruciais nesta caminhada.

Às duas escolas da cidade de Castelo Branco onde os dados foram recolhidos, aos seus Presidentes, alunos e todas as pessoas disponíveis com que me cruzei para a elaboração deste trabalho, o meu sincero agradecimento. Sem vocês não teria sido possível.

À Inês, minha companheira de luta, obrigada não só pela tua amizade, mas também por toda a partilha de saber, pela tua gargalhada contagiante e boa disposição.

Aos meus amigos (vocês sabem quem são), muito obrigada pela paciência ao longo destes meses de intensivo trabalho, pela vossa amizade, pelos vossos mimos, por serem quem são.

Outras pessoas com quem me cruzei neste percurso, também merecem o meu agradecimento. Apesar de não serem nomeadas, sei bem quem vocês são e nunca me esquecerei.

A todos o meu grande, enorme **BEM-HAJA...**

RESUMO

Objetivos: A literatura científica tem mostrado que as experiências precoces na infância, nomeadamente as relacionadas com sentimentos de ameaça ou de segurança desempenham um papel fundamental no desenvolvimento emocional e social posterior. O presente estudo apresenta os seguintes objetivos: 1) Adequar e analisar as propriedades psicométricas da escala de memórias precoces de calor e segurança (EMWSS) à população de adolescentes, garantindo, uma medida confiável do constructo em estudo; 2) Examinar o impacto das memórias precoces de calor e segurança nos estilos de vinculação; 3) Explorar a relação entre as memórias positivas precoces e indicadores de desajustamento psicológico (sintomas de depressão, ansiedade e stress).

Método: A amostra é constituída por 651 adolescentes (330 rapazes e 321 raparigas) com idades compreendidas entre os 12 e os 19 anos a frequentarem o ensino básico e secundário do ensino regular. Foram completados 3 instrumentos de auto - resposta que avaliaram as memórias precoces de calor e segurança (EMWSS), vinculação (AQ) e sintomas de ansiedade, depressão e stress (DASS-21).

Resultados: A EMWSS evidenciou uma boa consistência interna, uma estrutura fatorial unidimensional, uma excelente estabilidade temporal e uma boa validade discriminante. As memórias precoces de calor e segurança mostraram uma correlação moderada negativa com os sintomas de ansiedade, depressão e stress e uma adequada validade discriminante relativamente à qualidade de vinculação. Os adolescentes classificados com o estilo de vinculação segura evidenciaram significativamente mais memórias positivas de infância, que os jovens com um estilo de vinculação insegura (ambivalente ou evitamento).

Conclusões: À semelhança dos estudos realizados com adultos, a EMWSS parece ser uma escala útil na prática clínica com adolescentes, revelando excelentes características

psicométricas. Este estudo mostrou igualmente como as memórias emocionais precoces (de calor e segurança) diferem em função da qualidade de vinculação (segura/insegura).

Palavras – Chave: Memórias precoces de calor e segurança; Vinculação; Psicopatologia

Abstract

Objectives: The scientific literature has shown that early experiences in childhood, particularly those related to feelings of threat or security play a key role in emotional and social development later. The present study has the following objectives: 1) adapt and analyze the psychometric properties of the scale of early memories of warmth and security (EMWSS) to the adolescent population, ensuring a reliable measure of the construct under study, 2) Examine the impact of memories early warmth and security in the styles of binding, 3) explore the relationship between the positive memories and early indicators of psychological problems (symptoms of depression, anxiety and stress).

Method: The sample consisted of 651 adolescents (330 boys and 321 girls) aged between 12 and 19 years attending the primary and secondary mainstream education. Were completed 3 instruments that assessed self-response early memories of warmth and security (EMWSS), binding (AQ) and symptoms of anxiety, depression and stress (DASS-21).

Results: The EMWSS showed good internal consistency, a unidimensional factor structure, excellent temporal stability and good discriminant validity. The early memories of warmth and security showed a moderate negative correlation with the symptoms of anxiety, depression and stress and adequate discriminant validity with the quality of binding. Adolescents classified as secure attachment style showed significantly more positive memories of childhood, that young people with an insecure attachment style (ambivalent or avoidance).

Conclusions: As in studies with adults, EMWSS seems to be a scale useful in clinical practice with adolescents, showing excellent psychometric characteristics. This study also showed how early emotional memories (of warmth and security) differ depending on the quality of attachment (secure / insecure).

Key-words: Early memories of warmth and security; Attachment; Psychopathology

1. Introdução

Segundo Carvalho (2007), a compreensão dos fundamentos do comportamento humano é definida tendo como base o nível de relações interpessoais influenciadas pelo meio social que o rodeia. O ser humano enquanto ser social, desde o dia em que nasce até ao dia em que morre, sente a necessidade de estabelecer laços sociais e, como tal, manifesta comportamentos orientados para o estabelecimento de vínculos (desde os mais rudimentares, como o choro e o sorriso, até aos mais complexos, como o estabelecimento de relacionamentos amorosos), como forma de cativar a atenção da figura cuidadora (Trevvarthen, 2003).

As memórias de infância são geralmente definidas como simples recordações de eventos ocorridos na infância, embora elas possuam um valor bastante mais demarcado na formação da identidade de uma pessoa, alterando a visão que possui acerca de si mesmo, das expectativas para consigo próprio e para com os outros (Richter, Gilbert & McEwan, 2009).

O principal propósito da presente investigação consiste em analisar o impacto das memórias precoces de calor e segurança da infância nos adolescentes. Para isso, iremos investigar em que medida estas recordações se tornam memórias centrais na formação da identidade do indivíduo e se, conseqüentemente o tornam mais vulnerável ao desenvolvimento de psicopatologia.

1.1. Memórias Precoces de Calor e Segurança e sua importância

A memória é uma estrutura cognitiva complexa que combina informação sensorial acerca de eventos e comportamentos específicos, com interpretações desses eventos e das emoções associadas com essas interpretações. Os incidentes traumáticos mobilizam crenças que geram emoções tão intensas a ponto de serem encaradas como esmagadoras (Edwards, 1990).

Relativamente às memórias de infância, estas refletem "a qualidade e a variedade de reportório interno do indivíduo de paradigmas nas relações interpessoais, e as suas predisposições para experimentar e reagir a novas situações dentro dos limites de expectativas velhas, habituais e patologicamente distorcidas " (Binder & Smokler, 1980). Assim, no contexto clínico, estas memórias têm sido utilizadas para avaliar e se focar nas questões interpessoais que levam o paciente a procurar ajuda.

O modelo cognitivo-percetual (Bruhn, 1984, 1990; Bruhn & Bellow, 1984) define as memórias da infância como fantasias sobre o passado que revelam preocupações atuais.

Para Freud, a repressão das memórias e emoções da infância dão a base para as suas teorias traumáticas de neuroses. Ele supôs que esses incidentes traumáticos da infância, tais como o abuso sexual ou o visionamento de atividade sexual ou violência, foram armazenadas na sua memória, mas esta foi reprimida. Já enquanto adolescente/adulto, eventos ocorridos que contenham o mesmo teor das memórias reprimidas podem eventualmente ser reativados. O comportamento neurótico aparece em resultado de complexos evitamentos cognitivos e comportamentais do indivíduo por guardar e manter a memória reprimida (Edwards, 1990).

Todo o complexo pode ser reprimido, mas mesmo quando é recuperado, certos componentes podem ser mais acessíveis à primeira. Por exemplo, a raiva pode ser menos acessível do que o desamparo ou a culpa. Devido à intensidade da experiência, o complexo cognitivo-emocional torna-se todo reprimido. Como resultado, as emoções são evitadas, o aspeto cognitivo não pode ser realmente testado, e a estrutura básica de crença permanece intacta. Mas ele é reevocado em situações cotidianas que têm algo em comum com o incidente original (Edwards, 1990).

A maturação dos aspetos fisiológicos, psicológicos e sociais assim como o seu funcionamento estão intrinsecamente ligados às experiências da primeira infância, em especial aquelas que estão relacionadas com sentimentos de ameaça ou segurança. (Gerhardt, 2004; Schore, 1994, cited in Richter, Gilbert & McEwan (2009)). As evidências apontam para que perante um ambiente caloroso, estimulante e seguro exista um maior desenvolvimento da autoestima, da felicidade e um menor risco de vulnerabilidade à psicopatologia (Cheng & Furnham, 2004; DeHart, Pelham & Tennen, 2006; Mikulincer & Shaver, 2004, cited in Richter, Gilbert & McEwan (2009)). Em oposição, perante um ambiente negligente, onde a rejeição e existência de experiências abusivas são predominantes, o risco de vulnerabilidade à psicopatologia aumenta de forma exponencial (Bifulco & Moran, 1998; Parker, 1983; Perris, 1994; Rohner, 2004, cited in Richter, Gilbert & McEwan (2009)).

1.2. Como têm sido avaliadas as Memórias Precoces de Calor e Segurança

Os instrumentos de medida desenvolvidos anteriormente que visavam avaliar as memórias de infância, debruçavam-se sobre a recordação que a pessoa tinha do comportamento dos pais com ela, enquanto criança. Estes comportamentos dos pais, tais como a falta de afeto ou excesso de proteção, eram frequentemente associados a

psicopatologia (Parker, 1983; Perris, 1994; Teicher, Samson, Polcari & McGreebery, 2006, cited in Richter, Gilbert & McEwan (2009)). No entanto em 2003, Gibert, Cheung, Grandfield, Campey e Irons, rebateram essa ideia, sugerindo que cada pessoa possui uma maneira própria de lidar com o comportamento dos outros e que se deveria centrar na memória de como se sentia ao invés de recordar unicamente o comportamento dos outros. Por exemplo, uma pessoa que se recorda do comportamento dos pais como sendo negligente e indelicado, pode desenvolver mecanismos de lidar com isso de uma forma agradável, enquanto outros que recordam os pais como tendo comportamentos gentis e disponíveis, podem sentir-se inseguros e denotar falta de sentido de pertença. Bowlby, em 1969, defendeu a ideia de que os sentimentos de segurança eram cruciais para o desenvolvimento de redes seguras de vinculação, e Gilbert (1989, 2005) reforçou essa ideia ao sugerir que as experiências de segurança estavam ligadas a um sistema básico de regulação de afetos, demonstrando que a experiência de segurança não está apenas relacionada com a ausência de ameaça, mas também com a presença de sinais afiliativos específicos e experiências que estabelecem memórias emocionais positivas e calmas, que podem ser a chave para regular estados afetivos. A ausência deste tipo de memórias leva a que a pessoa tenha tendência para ser auto – crítica (Baldwin & Dandeneau, 2005, cited in Richter, Gilbert & McEwan (2009)).

Recentemente, Richter, Gilbert & McEwan (2009) desenvolveram a escala de Memórias precoces de calor e segurança (EMWSS), que veio provar que no geral, a recordação de memórias emocionais medidas por esta escala possui maior correlação com o auto-criticismo e com a psicopatologia, do que a recordação do comportamento dos pais, medida pela escala de Memórias de Práticas Parentais (EMBU- *Scale of Memories on Parenting Practices*). Com o aparecimento da EMWSS, descobriu-se que as memórias de calor e segurança estão associadas a diferentes tipos de afeto positivo, sendo estas mais consistentes do que as avaliadas pela EMBU.

1.3. Relação entre as Memórias Precoces de Calor e Segurança e a Psicopatologia

Uma ideia bem estabelecida na pesquisa psicopatológica é que a evocação de experiências precoces aversivas é associada com uma série de problemas psicológicos na fase adulta, especialmente transtornos de humor (Parker, 1983; Perris, 1994; Richter, Richter, Eisemann, Seering, & Bartsch, 1994; Rutter et al, 1997, cited in Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey & Irons (2003)). Há também crescentes evidências de que experiências negativas

(por exemplo, indiferença dos pais, vergonha e abusos) estão associadas com diversas respostas ao stress (Perry, Pollard, Blakley, Baker & Vigilante, 1995) e que o stress crónico na infância pode afetar significativamente a maturação psicobiológica (Schore, 2001, cited in Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey & Irons (2003)).

Pessoas vítimas de abuso são vulneráveis à depressão (Hart, Gunnar & Cicchetti, 1996, cited in Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey & Irons (2003)) e apresentam uma pior recuperação do stress do que as pessoas que não foram vítimas de abusos na infância (Heim et al., 2000, cited in Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey & Irons (2003)). Por sua vez o comportamento dos pais tem sido visto como a principal fonte de psicopatologia infantil. Tem havido um grande número de instrumentos de medição, derivados de teoria de vinculação (Bowlby, 1980), que pedem às pessoas para recordar o comportamento dos pais na infância. Estudos de fatores de análise de uma escala de auto resposta no comportamento dos pais (Escala EMBU) encontraram três fatores principais: calor emocional, superproteção e rejeição. Esses fatores são significativamente associados com vários problemas psicológicos (Richter, Eisemann, e Richter, 1991). De fato, muitos estudos descobriram que o calor parental baixo e o alto controle são associados com vários transtornos neuróticos, transtornos psicóticos e depressão (Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey & Irons, 2003).

Assim, as crianças que têm medo dos seus pais e se sentem forçadas a posições subalternas involuntárias ou indesejadas podem adotar comportamentos defensivos e submissos. As defesas submissas baseadas no medo estão associadas com comportamentos assertivos inibitórios (Gilbert, 2000a; Gilbert et al, 2002, cited in Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey & Irons (2003)). Uma criança que tem que estar muito atenta às ameaças (ao invés de ser capaz de contar com os pais para a segurança, regulação emocional e de vinculação segura) pode ser mais vulnerável à depressão (Gilbert, 1993; Sloman & Atkinson, 2000, cited in Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey & Irons (2003)).

1.4. Relação entre as Memórias Precoces de Calor e Segurança e a Vinculação

A vinculação, é definida por vários autores de variadíssimas maneiras, mas a que a melhor exemplifica diz-nos que é uma “capacidade filogeneticamente programada” de um sujeito se conectar com outro, privilegiando a capacidade de desenvolvimento de vínculos com os seus cuidadores, responsáveis pela sua higiene, alimentação, abrigo, proteção, suporte e educação (Bowlby, 1969). A definição de cuidadores ou figuras vinculativas, neste caso,

não são especificamente os pais, mas sim qualquer pessoa à qual a criança canaliza o seu comportamento vincutivo e que promova a sua interação social de forma ativa e douradora, respondendo aos sinais e pedidos de atenção da criança (Guedney, 2004).

Na infância, todos estes comportamentos vincutivos, são por norma dirigidos aos progenitores, com especial incidência à mãe, com o propósito de conservar a proximidade e a segurança que uma criança necessita (Bowlby, 1969). Naturalmente ao longo do seu desenvolvimento, a criança vai dirigindo os seus comportamentos vincutivos para outras pessoas, nomeadamente o grupo de pares, a partir da fase final da infância, embora, por norma, nunca abandonem a procura de uma base segura junto dos progenitores (Nickerson & Nagle, 2005). De uma forma natural, a partir da fase da adolescência, estes comportamentos são mais direcionados para os amigos e colegas, numa clara transição a nível vincutivo, pois serão estes que irão expandir os horizontes da “teia social” que os envolve. No entanto, os primeiros vínculos estabelecidos junto dos progenitores serão a base de todas as relações interpessoais que um sujeito irá manter ao longo da sua vida (Schneider, Atkinson, & Tardif, 2001), pois é com base nelas que o sujeito fará as representações de si mesmo, das figuras de vinculação e do mundo em geral (Bowlby, 1973).

A relação entre as memórias de calor e segurança na infância e a vinculação é importantíssima para o desenvolvimento emocional da criança/adolescente. Canavarro (1999) elaborou um estudo onde se focou nas diferenças expressas entre a recordação do tipo de vinculação que possuiu na infância, concluindo que, os sujeitos que correspondiam ao padrão de vinculação segura, na idade adulta descreveram as suas figuras vincutivas como tendo sido disponíveis, preocupadas, carinhosas e procurando sempre encontrar o melhor para si. Em oposição os adultos correspondentes ao padrão de vinculação insegura/ansiosa, recordavam-nas igualmente carinhosas e protetoras, embora em menor parte do tempo, demonstrando maior inacessibilidade a nível comunicativo. Por sua vez, adultos com um tipo de vinculação insegura/evitante, têm a memória das figuras vincutivas na infância como sendo menos preocupadas, menos carinhosas e marcadas pela constante rejeição nos seus pedidos. E por último, adultos classificados com vinculação insegura/desligada, conseguem ter a recordação da qualidade dos pais como figuras vincutivas, mas não conseguem recordar exemplos que possam suportar esta ideia (Canavarro, 1999). Corroborando esta ideia Belsky (1990), elaborou um estudo, onde através de noventa e duas mães, recolheu as suas memórias de infância, onde constatou que as mães que tinham recordações de rejeição e falta de apoio na infância, refletiam esses fatores na relação com o seu filho, associado à pouca

qualidade da sua relação conjugal. No entanto, quando a relação conjugal era positiva, essas mesmas recordações de rejeição e falta de apoio, não se refletiam no afeto materno atual.

1.5. Relação entre a Vinculação e a Psicopatologia

Existe uma ideia generalizada de que a vinculação insegura deve ser encarada como um fator de risco para a psicopatologia (Rutter, 1990, cited in Muris, Meesters, van Melick & Zwambag (2001)). Bowlby (1973) propôs que o nível de ansiedade das crianças e adolescentes pode ser medido mediante a qualidade e tipo de ligação aos seus cuidadores. Na realidade, as pesquisas efetuadas, demonstram precisamente que as relações de vinculação precoce são preditores significativos de sentimentos de medo e ansiedade no futuro. Exemplo disto é o estudo levado a cabo por Warren, Huston, Egeland e Sroufe (1997) (cited in Muris, Meesters, van Melick & Zwambag (2001)) que investigaram e concluíram que crianças com um nível de vinculação insegura desenvolveram maiores níveis de transtornos de ansiedade na adolescência do que as crianças com um nível de vinculação firme e bem constituído. Existem também evidências de que a vinculação insegura está intimamente envolvida na etiologia da depressão infantil e adolescente, indicando que as crianças com vinculação insegura apresentam maiores valores depressivos do que as crianças com vínculos seguros (Kobak, Sudler & Gamble, 1991; Armsden, McCauley, Greenberg, Burke & Mitchell, 1990, cited in Muris, Meesters, van Melick & Zwambag (2001)).

1.6. Objetivos e Hipóteses

O presente estudo tem três objetivos interdependentes: 1) adaptar e validar a medida de avaliação das memórias positivas precoces para a população de adolescentes, dado apenas existirem estudos em adultos. Consequentemente esta escala será alvo de um estudo detalhado, que incluirá a análise da consistência interna, da dimensionalidade, estabilidade temporal e validade discriminante; 2) analisar a relação entre as memórias de calor e segurança na infância e a qualidade dos vínculos afetivos estabelecidos na adolescência; e, por último, 3) analisar o grau de associação entre as memórias precoces de calor e afeto e os estados emocionais negativos na adolescência.

Tendo em conta os objetivos identificados, e em função da revisão da literatura, procurámos testar as seguintes hipóteses:

- a) As memórias positivas precoces não variam significativamente em função do género;
- b) As memórias positivas precoces variam significativamente em função dos estilos de vinculação característicos dos adolescentes, sendo expectável que os jovens com uma vinculação segura exibam mais memórias precoces de calor e segurança, comparativamente aos jovens com uma vinculação insegura (evitante ou ambivalente)
- c) As memórias de calor e segurança na infância estão associadas à psicopatologia (sintomas de ansiedade, depressão e stress), sendo de esperar que quanto mais memórias positivas precoces apresentam, menor sintomatologia ansiosa, depressiva e relacionada com o stress manifestam.

2. Método

2.1. Participantes

Trata-se de uma amostra por conveniência, recolhida em duas escolas da cidade de Castelo Branco. A amostra é constituída por 651 adolescentes, 330 rapazes (50.7%) e 321 raparigas (49.3%), a frequentar o ensino regular (3º ciclo do ensino básico e ensino secundário). A idade dos sujeitos está compreendida entre os 12 e os 19 anos, sendo a média de idades de 15.89 ($DP=1.99$). Relativamente aos anos de escolaridade, variam entre o 7º e o 12º ano, com uma média de 9.89 ($DP=1.64$).

Não há diferenças estatisticamente significativas entre rapazes e raparigas no que respeita à idade [$t(649) = 1.19$; $p = .236$] e aos anos de escolaridade [$t(649) = -1.37$; $p = .171$].

2.2. Instrumentos

A Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança na Infância (EMWSS; Early Memories of Warmth and Safeness Scale; Richter, Gilbert & McEwan, 2009; versão Portuguesa de Matos & Pinto-Gouveia, 2010) é um instrumento de auto-resposta que pretende analisar as memórias precoces de calor, segurança e afeto na infância, ou seja as memórias emocionais positivas.

É uma escala unidimensional e os itens são respondidos segundo uma escala de 4 pontos, sendo que as respostas variam entre 0= Não, nunca e 4= Sim, a maior parte do tempo (Richter, Gilbert & McEwan, 2009).

A versão portuguesa da EMWSS em adultos apresenta uma estrutura unidimensional, explicativa de 61,69% da variância (Matos & Pinto-Gouveia, 2011) e uma elevada consistência interna com um valor de alfa de Cronbach de .97, igual ao da versão inglesa original (Richter, Gilbert & McEwan, 2009). No presente estudo com adolescentes verificou-se igualmente uma elevada fidedignidade com um alfa de Cronbach de .95 (Pestana & Gageiro, 2008).

A Escala da Vinculação (AQ-C; *Attachment Questionnaire For Children*; Sharpe et. al, 1998; versão Portuguesa de Cunha, Pinto - Gouveia, & Xavier, 2011) é uma versão simplificada da escala AQ de Hazen e Shaver (1987).

É uma escala constituída por 3 opções de resposta que descrevem comportamentos característicos de afetos nos relacionamentos com outras crianças/adolescentes. Estas 3 opções de resposta referem-se a 3 sub – escalas que representam 3 estilos de vinculação (Segura; Insegura Evitante, Insegura Ambivalente) (Irons & Gilbert, 2005).

No que respeita à consistência interna da versão utilizada não é possível ser calculada, pois é uma escala de apenas 1 item com três categorias de resposta.

A Escala da Depressão, Ansiedade e Stress (Dass; *Depression, Anxiety and Stress Scale*; Lovibond & Lovibond (1995); versão Portuguesa de Apóstolo, Mendes & Azeredo, 2006) é um instrumento de auto – resposta que pretende avaliar os estados afetivos depressão, ansiedade e stress mediante um modelo tripartido. (Apóstolo, Mendes, & Azeredo (2006)).

É uma escala constituída por 42 itens, em que cada um consiste numa frase que remete para sintomas emocionais negativos. Pede-se ao sujeito que responda se a afirmação se aplicou a ele na última semana.

No presente estudo foi utilizada a versão reduzida de 21 itens, a qual foi adaptada para a população portuguesa por Apóstolo, Mendes, & Azeredo (2006).

Os 21 itens agrupam-se em três dimensões que pretendem avaliar os estados emocionais da depressão, da ansiedade e do stress, sendo cada item respondido segundo uma escala de Likert que varia entre 0= Não se aplicou nada a mim e 4 = Aplicou-se a mim a maior parte das vezes. (Apóstolo, Mendes, & Azeredo, 2006)

A consistência interna obtida na versão original da DASS foi boa, com valores de alfa de cronbach de .81 para a depressão, de .83 para a ansiedade e de .81 para a subescala de stress. (Lovibond & Lovibond, 1995; Pestana & Gageiro, 2008).

Relativamente à versão Portuguesa os valores da consistência interna foram igualmente bons, com valores de alfa de cronbach que variam entre .86 e .90. (Apóstolo, Mendes, & Azeredo, 2006 ; Pestana & Gageiro, 2008).

No nosso estudo verificaram-se também bons índices de consistência interna (Depressão: $\alpha = .90$, Ansiedade: $\alpha = .86$ e Stress: $\alpha = .88$) (Pestana & Gageiro, 2008).

2.3. Procedimento

Procedimento metodológico

Foi aplicada uma bateria de questionários de auto-resposta concebida para avaliar as memórias da infância, a vinculação e a psicopatologia, nomeadamente sintomas de depressão, ansiedade e de stress. Para avaliar a estabilidade temporal das memórias precoces de infância, este instrumento foi novamente administrado a uma subamostra de 30 adolescentes, 15 dias depois da primeira aplicação.

Inicialmente procedemos à recolha das autorizações para a utilização dos questionários junto dos respetivos autores.

Na fase seguinte foram contactadas as escolas onde iriam ser recolhidos os dados, tendo sido previamente pedida a autorização aos Presidentes dos Conselhos Executivos. Após estas autorizações, foram contactados os encarregados de educação dos alunos a fim de solicitar o consentimento para os seus educandos participarem no estudo.

Uma vez que, para este estudo, a versão portuguesa da escala de memórias precoces de calor e segurança teve de ser adaptada para adolescentes e o questionário de vinculação teve de ser traduzido e adaptado para português, foi realizado inicialmente um pré-teste destes dois questionários para verificação de eventuais dificuldades. É de realçar que o processo de adaptação da versão portuguesa seguiu os procedimentos recomendados baseados no método “Traduz-Retraduz” (Hill & Hill, 2008). Para o estudo piloto recorreu-se a uma amostra de 12 adolescentes, com características semelhantes às da população a que o questionário se destina para identificar se o modo como entendiam, quer os itens, quer a forma de responder, correspondia ao pretendido (*cognitive debriefing*). Não foram apontadas quaisquer dificuldades na compreensão dos itens ou no preenchimento dos instrumentos.

Seguidamente foi construído o protocolo de investigação com os três instrumentos em cima referidos acompanhados da Folha de Rosto, onde é explicado o objetivo central da investigação, os procedimentos e a salvaguarda de questões éticas, como o anonimato, a confidencialidade, a participação voluntária e o direito a interromper a participação a qualquer momento.

Estes questionários foram preenchidos individualmente em contexto de sala de aula, demorando o seu preenchimento cerca de 15 minutos.

Os dados foram recolhidos num período de aproximadamente dois meses, entre Dezembro de 2011 e Janeiro de 2012, nas escolas secundárias de Castelo Branco.

Para o tratamento estatístico, recorreu-se ao *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), tendo sido previamente criada uma base de dados para o efeito.

Procedimento Estatístico

Para analisar os dados recolhidos recorreu-se ao software estatístico SPSS, versão 16.

Entenda-se que neste estudo foram consideradas diferenças estatisticamente significativas todos os valores com nível de significância inferior a .05 (Howell, 2006).

Nas análises preliminares aos estudos, a avaliação do pressuposto da distribuição normal dos dados foi efetuada a partir do teste Kolmogorov-Smirnov e ainda dos coeficientes de assimetria (*Skewness*) e de achatamento (*Kurtosis*), uma vez que o teste de K-S é sensível ao tamanho da amostra. Os resultados obtidos permitiram-nos concluir, de acordo com Kline (2005), que os dados das variáveis em estudo seguem uma distribuição normal, já que nenhuma variável apresentou valores indicadores de violações severas ($SK < |3|$ e $Ku < |10|$). Esta premissa foi, ainda, corroborada pela inspeção visual dos gráficos da distribuição dos dados.

No que respeita à análise da dimensionalidade da EMWSS, recorreu-se à Análise em Componentes Principais (ACP) que permitiu analisar o agrupamento das variáveis em componentes, considerando a variância total disponível.

A análise da consistência interna dos vários instrumentos de auto-resposta foi calculada através do alfa de Cronbach, uma vez que é considerada a melhor estimativa de fidelidade de um teste. A qualidade dos itens da EMWSS foi analisada mediante o cálculo da correlação do item com o total da escala excluindo o próprio item (Nunally, 1978).

No estudo da estabilidade temporal da escala de memórias positivas precoces, bem como na análise do grau de associação entre as variáveis em estudo (variáveis contínuas) foi utilizado o coeficiente de correlação de Pearson.

Para a análise do grau de associação entre as variáveis em estudo (variáveis contínuas) foi calculado o coeficiente de correlação de Pearson.

Para a comparação de médias entre dois grupos (no estudo da validade discriminante e influência do género) utilizámos o teste t de Student para amostras independentes.

Por último, para o estudo de comparação das médias das memórias positivas nos 3 grupos de vinculação, foi utilizado o teste *Anova One-Way* e o teste *post-hoc* de *Tukey* para localizar as diferenças significativas entre os três grupos de comparação. Previamente à realização deste estudo foi verificado o pressuposto da homogeneidade das variâncias entre os grupos.

3. Resultados

3.1. Estudo das propriedades psicométricas da Escala de Memórias de Calor e Segurança na Infância

Dimensionalidade

Na análise da dimensionalidade seguimos de perto os procedimentos efetuados pelos autores da versão portuguesa a uma amostra de adultos. Conduzimos uma Análise em Componentes Principais (ACP), forçada a uma componente. Esta solução encontrada, apresenta excelentes indicadores de adequação de matriz (*Kaiser-Mayer-Olkin* – *KMO*= .966 e índice de esfericidade de Bartlett $X^2_{(210)}= 8263.187$, $p<.001$), e todos os itens revelam comunalidades superiores a .38 e saturações fatoriais entre .62 e .80, permitindo ainda explicar 52% da variância (Pestana & Gageiro, 2008).

Tabela 1. Saturações fatoriais e comunalidades para os itens da EMWSS na solução de um fator a partir de uma análise de componentes principais (N=651)

Item	Saturação Fatorial	Comunalidades
EMWS_17	.80	.64
EMWS_18	.80	.64
EMWS_20	.79	.63
EMWS_16	.78	.60
EMWS_10	.77	.59
EMWS_15	.76	.58
EMWS_13	.75	.56
EMWS_19	.74	.55
EMWS_6	.73	.54
EMWS_4	.72	.52
EMWS_12	.72	.51
EMWS_2	.70	.49
EMWS_8	.70	.48
EMWS_21	.69	.48
EMWS_14	.69	.47
EMWS_3	.68	.46
EMWS_11	.67	.45
EMWS_5	.66	.43
EMWS_7	.66	.43
EMWS_9	.64	.41
EMWS_1	.62	.38

Análise dos itens e consistência interna

O estudo da qualidade dos itens revela que existem correlações moderadas a elevadas entre todos os itens, que oscilam entre .58 e .77, o que indica que não é necessário remover nenhum dos itens da escala (Pestana & Gageiro, 2008). A leitura do indicador de alfa de Cronbach caso o item seja retirado, não revela qualquer alteração no valor da consistência interna (.95) .

Tabela 2. Valores médios, de desvio padrão, correlação item-total corrigida e alfa de Cronbach se o item for excluído (N=651)

Item	M	DP	r Item- Total	α Cronbach
Versão Portuguesa EMWSS – Adolescentes				
1. Sentia-me seguro(a) e protegido(a)	3.50	.80	.58	.95
2. Sentia-me valorizado(a) pela minha maneira de ser.	3.10	.92	.66	.95
3. Sentia-me compreendido(a)	2.88	.95	.65	.95
4. Sentia-me aconchegado(a) pelas pessoas à minha volta	3.31	.89	.68	.95
5. Sentia-me à vontade a partilhar os meus sentimentos e pensamentos com as pessoas à minha volta	2.64	1.11	.62	.95
6. Sentia que as pessoas gostavam da minha companhia	3.19	.91	.70	.95
7. Sabia que podia contar com a empatia e compreensão das pessoas mais próximas quando estava infeliz.	3.23	.93	.62	.95
8. Sentia-me calmo(a) e em paz.	3.14	.98	.66	.95
9. Sentia que era um membro querido da minha família.	3.41	.92	.60	.95
10. Conseguia facilmente ser amparado (a)/reconfortado(a) por aqueles que me eram próximos quando estava infeliz.	3.21	.89	.74	.95
11. Sentia-me amado(a).	3.41	.87	.63	.95
12. Sentia-me à vontade em recorrer a pessoas importantes para mim para pedir ajuda ou conselhos.	3.00	1.02	.68	.95
13. Sentia-me integrado(a) no grupo de pessoas à minha volta.	3.15	.96	.71	.95
14. Sentia-me amado(a) mesmo quando as pessoas estavam aborrecidas com algo que eu tinha feito.	2.86	1.03	.65	.95
15. Sentia-me feliz.	3.43	.82	.73	.95
16. Sentia-me ligado(a) aos outros.	3.24	.88	.74	.95
17. Sabia que podia contar com aqueles que me eram próximos para me consolar quando eu estava aborrecido (a)/perturbado(a).	3.23	.90	.77	.95
18. Sentia que os outros se importavam comigo.	3.22	.91	.77	.95
19. Tinha um sentimento de pertença.	3.13	.93	.71	.95
20. Sabia que podia contar com a ajuda daqueles que eram próximos quando estava infeliz.	3.27	.86	.76	.95
21. Sentia-me descontraindo(a).	3.21	.94	.66	.95

Pela análise do alfa de Cronbach podemos verificar que a EMWSS apresenta uma excelente consistência interna, com um valor de .95 (Pestana & Gageiro, 2008).

Tabela 3. Estatísticas descritivas e de fidelidade da EMWS (N=651)

<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>α Cronbach</i>
66.76	13.90	.95

Fidelidade teste-reteste

Para analisar a estabilidade temporal, a EMWSS foi de novo administrada, 15 dias mais tarde, a um grupo de jovens adolescentes (N=30), obtendo-se um coeficiente de correlação de Pearson de .92 que sugere uma excelente estabilidade temporal deste instrumento (Pestana & Gageiro, 2008).

Validade discriminante

De modo a analisar se os indivíduos com maiores índices de memórias precoces de calor e segurança se distinguiam de indivíduos com pontuações mais baixas na EMWSS, relativamente aos sintomas de depressão, ansiedade e stress, procedemos tal como no estudo de Matos & Pinto-Gouveia (2011) à formação de dois grupos (EMWSS Alto e EMWSS Baixo) recorrendo ao valor da mediana.

Tabela4. Teste t de Student para a diferença entre grupos EMWSS Alto e Baixo em relação à Depressão, Ansiedade e Stress (N=651)

	EMWSS Alto		EMWSS Baixo		<i>t</i> (649)
	N=326		N=325		
	M	DP	M	DP	
Depressão	4.09	4.94	7.12	5.79	7.14
Ansiedade	4.13	4.65	6.15	5.40	5.13
Stress	6.30	5.45	8.70	5.28	5.72

Nota. EMWSS Alto: valores > 70 (ponto de corte com base na Mediana=70); EMWSS Baixo: valores < 70 (ponto de corte com base na Mediana=70); $p < .001$

Através da análise do Teste *t* de Student para amostras independentes podemos constatar que existem diferenças estatisticamente significativas entre indivíduos com pontuações altas na EMWSS e indivíduos com pontuações baixas, relativamente à Depressão [$t(649) = 7.14$; $p < .001$], Ansiedade [$t(649) = 5.13$; $p < .001$] e Stress [$t(649) = 5.72$; $p < .001$]. Deste modo, os adolescentes que apresentam um nível mais elevado de memórias precoces de calor e

segurança na infância, revelam menos sintomas de ansiedade, depressão e stress, comparativamente aos adolescentes que apresentam menos memórias positivas precoces.

3.2. Valores médios obtidos nos instrumentos de medida e influência do género

Na Tabela 5 são apresentados os valores médios das memórias de calor e segurança na infância (EMWSS) e da psicopatologia (depressão, ansiedade e stress_ DASS-21) para o total da amostra e em função do género.

Tabela 5. Médias e desvios padrão para todos os sujeitos (N=651) e diferenças t-teste entre rapazes (N=330) e raparigas (N=321)

	Total (N=651)		Rapazes (N=330)		Raparigas (N=321)			
	M	DP	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>p</i>
EMWSS	66.76	13.90	66.55	13.08	66.98	14.71	-.391	.700
DASS-	5.60	5.61	5.33	5.39	5.88	5.82	-1.26	.210
Depressão								
DASS-	5.14	5.13	4.66	4.89	5.64	5.33	-2.44	.020
Ansiedade								
DASS- Stress	7.50	5.50	6.73	5.33	8.29	5.55	-3.66	.000

Nota: EMWS= *Early Memories of Warmth and Safeness Scale*= Escala de Memórias Precoces de Calor Segurança; DASS (*Depression, Anxiety and Stress Scale*) = Escala de Depressão, Ansiedade e Stress

Podemos constatar que se verificam diferenças significativas entre rapazes e raparigas no que respeita aos níveis de ansiedade ($t=-2.44$, $p=.020$) e stress ($t=-3.66$, $p<.001$, exibindo as raparigas níveis mais elevados de ansiedade e stress. Já no que respeita às memórias positivas precoces e ao nível de depressão, não se evidenciaram diferenças estatisticamente significativas em função do género.

3.3. Estudo da relação entre as memórias precoces de calor e segurança e a psicopatologia

A Tabela 6 apresenta a matriz de correlações de Pearson entre a escala das memórias de calor e segurança da infância e as três subescalas da DASS, (DASS-Depressão, a DASS-

Ansiedade e a DASS-Stress), com o intuito de analisar a associação entre as variáveis em causa.

Tabela 6. Matriz de correlações entre as memórias de calor e segurança da infância e as subescalas Depressão, Ansiedade e Stress (N=651)

	EMWSS	DASS-Ansiedade	DASS-Depressão	DASS-Stress
EMWSS	1			
DASS-Ansiedade	-.26**	1		
DASS-Depressão	-.37**	.77**	1	
DASS-Stress	-.29**	.78**	.77**	1

Nota: ** $p < .001$

EMWSS (*Early Memories of Warmth and Safeness Scale*)= Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança;
DASS (*Depression, Anxiety and Stress Scales*) =Escala de Depressão, Ansiedade e Stress

Tal como esperávamos, as memórias precoces de calor e segurança na infância estão negativamente associadas aos sintomas psicopatológicos (depressão, ansiedade e stress), o que significa que os adolescentes que apresentam mais memórias positivas na infância, demonstram níveis menores de depressão, ansiedade e stress.

3.4. Memórias precoces positivas e Psicopatologia em função dos estilos de Vinculação

De acordo com o questionário de vinculação utilizado foram obtidos 3 grupos de Vinculação: Segura (N=394), Insegura Evitante (N= 155) e Insegura Ambivalente (N= 102),

Para comparar os 3 grupos relativamente às memórias foi utilizado uma Anova. Como se pode verificar na Tabela 7 há diferenças significativas entre os 3 grupos. $f(648.2) = 35.27$; $p < .001$

Tabela 7. Comparação dos valores médios das memórias positivas da Infância, da Ansiedade, depressão e stress em função dos estilos de vinculação (N=651).

	Vinculação Segura (N=394)		Vinculação Insegura Evitante (N=155)		Vinculação Insegura Ambivalente (N=102)			
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
EMWSS	70.25	11.25	62.08	15.45	60.39	16.29	35.27	.000

DASS-	4.41	4.98	6.99	6.17	8.08	5.78	25.33	.000
Depressão								
DASS-	4.37	4.67	6.25	5.56	6.42	5.64	11.53	.000
Ansiedade								
DASS- Stress	6.51	5.26	8.94	5.48	9.17	5.55	17.27	.000

EMWSS (*Early Memories of Warmth and Safeness Scale*) = Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança ;

DASS (*Depression, Anxiety and Stress Scale*) = Escala de Depressão, Ansiedade e Stress

Através do teste de Tukey verificou-se que o grupo de vinculação segura ($M = 70.25$) difere significativamente ($p < .001$) do grupo de vinculação insegura evitante ($M = 62.08$) e do grupo de vinculação insegura ambivalente ($M = 60.39$) ($p < .001$). Já os grupos de vinculação insegura (evitante e ambivalente) não diferem entre si no que respeita às memórias de calor e segurança ($p = .577$).

Relativamente aos estados emocionais negativos, verifica-se uma diferença significativa entre os 3 grupos para a ansiedade ($f(2,648) = 11.53$, $p < .001$), depressão ($f(2, 648) = 25.33$, $p < .001$) e stress ($f(2, 648) = 17.27$, $p < .001$).

Para localizar as diferenças entre as médias nos três grupos, o teste de Tukey mostrou que o grupo de vinculação segura se distinguia significativamente dos grupos de vinculação insegura (evitante e ambivalente), exibindo sempre valores mais baixos de ansiedade ($M = 4.37$), depressão ($M = 4.41$) e stress ($M = 6.51$), comparativamente ao grupo de vinculação insegura evitante ($M = 6.25$, $M = 6.99$, $M = 8.94$, ansiedade, depressão e stress, respetivamente) e de vinculação insegura ambivalente ($M = 6.42$, $M = 8.08$, $M = 9.17$).

4. Discussão

O presente estudo teve como objetivo primordial analisar o impacto das memórias de calor e segurança da infância no que respeita à qualidade dos vínculos afetivos e desajustamento psicológico dos adolescentes.

Deste modo, a Escala das Memórias Precoces de Calor e Segurança (EMWSS- *Early Memories of Warmth and Safeness Scale*), mereceu a nossa atenção especial, tendo sido alvo de uma análise detalhada quanto às suas qualidades psicométricas. Iniciou-se o estudo recorrendo à análise da dimensionalidade da EMWSS de modo a averiguar o número de fatores presentes na escala, seguindo-se o estudo dos itens e da sua consistência interna. Foi também avaliada a estabilidade temporal e a sua validade discriminante.

Podemos verificar, que tal como em estudos realizados anteriormente (Richter, Gilbert, McEwan, 2009; Matos, Pinto-Gouveia, 2011), a EMWSS apresenta uma estrutura unifatorial subjacente aos 21 itens da escala, permitindo explicar 52% da variância, o que revela que a interpretação dos resultados focar-se-á nas recordações pessoais de emoções, experiências e sentimentos de segurança e carinho da infância. Relativamente à análise dos itens e à sua consistência interna, verificou-se que a EMWSS apresenta uma boa qualidade dos itens, variando entre .58 e .77, não sendo necessária a eliminação de nenhum dos itens da escala. À semelhança dos resultados obtidos em adultos, a versão para adolescentes obteve indicadores de uma excelente consistência interna.

Quanto à fidedignidade ou estabilidade temporal, distando por 15 dias, deparamo-nos com uma boa estabilidade temporal, sendo o valor de correlação de .92.

No estudo da validade discriminante, procedemos, tal como no estudo de Matos e Pinto-Gouveia (2011), à formação de dois grupos indicadores de níveis altos e baixos de memórias positivas da infância, evidenciando a EMWSS uma boa capacidade discriminativa quanto aos sintomas de desajustamento psicológico. Por outras palavras, o grupo com um nível elevado de memórias positivas apresentou significativamente menos sintomas de ansiedade, de depressão e de stress, comparativamente ao outro grupo.

Quando analisada a influência do género relativamente às variáveis em estudo, verificou-se que não existem diferenças entre rapazes e raparigas no que respeita às memórias de calor e segurança, tal como tínhamos hipotetizado inicialmente e o que está de acordo com os resultados encontrados em outros estudos em adultos (Richter, Gilbert, McEwan, 2009; Matos, Pinto-Gouveia, 2011). Já em relação aos sintomas de ansiedade e de stress, foram encontradas diferenças significativas, com as raparigas a exibirem valores mais elevados, o que tem sido apoiado pela literatura (Boyd, Kostanski, Gullone, Ollendick, & Shek, 2000; Dias & Gonçalves, 1999)

No que respeita ao estudo sobre o grau de associação entre as memórias positivas de infância e os sintomas de psicopatologia, confirmámos a nossa hipótese da existência de uma relação negativa significativa. Isto é, os dados mostraram que mais recordações afetuosas relativas à infância e aos cuidados recebidos estão associadas a menos sentimentos depressivos, ansiógenos e de stress, traduzindo, assim, uma menor predisposição para o desenvolvimento de psicopatologia (Cheng & Furnham, 2004; DeHart, Pelham & Tennen, 2006; Mikulincer & Shaver, 2004).

Por último no que toca ao estudo do impacto das memórias de calor e afeto na qualidade dos vínculos afetivos estabelecidos na adolescência, verificámos de acordo com o que tínhamos hipotetizado, que os jovens com uma vinculação segura apresentam significativamente mais memórias positivas de infância (memórias de calor, segurança, carinho, atenção) que os jovens com uma vinculação insegura (ambivalente ou evitante). De acrescentar ainda que os jovens com uma vinculação segura apresentaram menos sintomas psicopatológicos que os indivíduos classificados com um estilo de vinculação insegura, não se diferenciando os subtipos de vinculação insegura. De salientar ainda que, apesar da vinculação insegura estar dividida em dois sub-tipos (ambivalente e evitante), alguns estudos mostraram não existir uma relação sistemática entre um determinado tipo de organização insegura e um tipo específico de perturbação psicológica, não obstante alguns grupos clínicos evidenciarem uma sobre-representação de um grupo inseguro específico (Soares, 2000).

Os nossos resultados são corroborados segundo a teoria de Bowlby (1973), que nos diz que o nível de ansiedade nas crianças pode ser afetado pela maneira como estão vinculados aos seus cuidadores.

Também o estudo de Muris et al. (2001), com uma população de jovens adolescentes, refere que as relações de vinculação precoce são preditores significativos de medo e ansiedade na adolescência, logo, crianças com vinculação insegura desenvolvem maiores níveis de psicopatologia durante a infância e adolescência do que crianças com vinculação segura.

4.1. Limitações e pesquisas futuras

Os resultados apresentados no nosso estudo deverão ter em conta algumas limitações metodológicas. Uma delas prende-se com o facto dos jovens adolescentes serem solicitados a recordar-se de memórias da infância, poderá condicionar a interpretação dos resultados obtidos.

De ter em conta o facto de não termos tido em consideração aspetos relativos à história pessoal prévia dos adolescentes (e.g. história psiquiátrica familiar e/ou pessoal, abuso infantil, traumas) como critérios de exclusão.

Uma outra limitação assentou, possivelmente, no facto das variáveis em estudo terem sofrido enviesamentos de memória.

O recurso a instrumentos de auto - resposta, não obstante à sua fácil administração e cotação, representa uma limitação em consequência quer dos aspetos anteriormente referidos, quer da ocorrência de dificuldades de ordem diversa (e.g. confronto com conteúdos ativadores de recordação de situações penosas, rigidez das respostas, etc).

Dada a natureza transversal e correlacional do nosso estudo, não existem conclusões causais que possam ser retiradas dos nossos resultados, apenas interpretações sustentadas teoricamente. No futuro deverão ser realizados estudos prospetivos que permitam obter uma melhor compreensão acerca da relação causal entre as variáveis.

As futuras investigações deverão ainda centrar-se em entrevistas estruturadas e não somente em instrumentos de auto – resposta, de forma a poder-se aceder a informação mais precisa e abrangente relativamente ao impacto das memórias precoces de calor, segurança e aceitação na infância relativamente aos estilos de vinculação e suscetibilidade de desenvolvimento de psicopatologia.

No entanto, de salientar que a realização deste estudo poderá contribuir para o progresso do conhecimento da importância dos cuidados às crianças e as memórias que mais tarde têm acerca desses cuidados na etiologia da psicopatologia em adolescentes, pelos estilos vinculativos que daí advêm.

5. Conclusão

Apesar das reservas supra referidas, podemos concluir com o nosso estudo que adolescentes cujas memórias da infância são positivas, calorosas, recordações de momentos de afeto e segurança estarão menos suscetíveis de desenvolver sintomatologia depressiva, ansiógena e stressante, e que conseguirão estabelecer mais facilmente vínculos seguros.

Verificámos ainda que as escalas utilizadas, particularmente a EMWSS e a AQ_C, aferidas apenas para a população adulta e para crianças, respetivamente, também podem ser administradas à população adolescente, revelando boas qualidades psicométricas.

Ao termos conseguido testar as hipóteses formuladas, esperamos com esta investigação ter contribuído para o desenvolvimento de futuras pesquisas acerca do papel das memórias positivas precoces nos estilos de vinculação e estados emocionais negativos em jovens adolescentes.

6. Referências Bibliográficas

- Apóstolo, J. L. A., Mendes, A. C. & Azeredo, Z. A. (2006) - Adaptação para a língua portuguesa da Depression, Anxiety and Stress Scales (DASS). *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 14, (6), 863-871.
- Belsky, J. (1990). Developmental risks associated with infant day care: Attachment insecurity, noncompliance, and aggression? In S. Chehrazi (Ed.), *Psychosocial issues in day care* (pp. 37—68). Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Binder, J., & Smokler, I. (1980). Early memories: A technical aid to focusing in time-limited dynamic psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 17, 52-62.
- Boyd, C. P., Kostanski, M., Gullone, E., Ollendick, T. H., & Shek, D. T. (2000). Prevalence of anxiety and depression in Australian adolescents: comparisons with worldwide data. *Journal of Genetic Psychology*, 161(4), 479-492.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol 1. Attachment*. (Ed. 1997) London: Pimlico.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol 2. Separation*. (Ed. 1998) London: Pimlico.
- Bowlby, J. (1980). *Loss: Sadness and depression. Attachment and loss Vol. 3*. London: Hogarth Press.
- Bruhn, A.R., & Bellow, S. (1984). Warrior, General, and President: Dwight David Eisenhower and his earliest memories. *Journal of Personality Assessment*, 48, 371-377.
- Bruhn, A.R. (1984). The use of early memories as a projective technique. In P. McReynolds and C.J. Chelume (Eds.) *Advances in Psychological Assessment Vol. 6*, (pp. 109-150). San Francisco: Jossey-Bass, Inc.
- Bruhn, A.R. (1990 a). Cognitive-Perceptual theory and the projective use of autobiographical memory. *Journal of Personality Assessment*, 55, 95-114.
- Canavarro, M. C. (1999). *Relações Afetivas e Saúde Mental*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Carvalho, M.A.D. (2007). *Vinculação, Temperamento e Processamento da Informação: implicações nas perturbações emocionais e comportamentais no início da adolescência*. Tese para obtenção do grau de Doutor em Psicologia Clínica, orientada por Prof. Doutora Isabel Soares e Prof. Doutor Américo Baptista, apresentada ao Instituto de Educação e Psicologia da Universidade do Minho.

- Cheng, H., & Furnham, A. (2004). Perceived parental rearing style, self-esteem and self-criticism as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 5, 1–21.
- Dias, P., & Gonçalves, M. (1999). Avaliação da ansiedade e da depressão em crianças e adolescentes (STAIC-C 2, CMAS-R, FSSC-R e CDI):Estudo normativo para a população portuguesa. In A. P. Soares, S.Araújo, & S. Caires (Orgs.), *Avaliação Psicológica: Formas e Contextos Vol. VI*, (pp. 553-564). Braga: Assoc. Psicólogos Portugueses.
- DeHart, T., Pelham, B. W., & Tennen, H. (2006). What lies beneath: Parenting style and implicit self esteem. *Journal of Experimental Social Psychology*, 4, 1–17.
- Edwards, D. J. A. (1990). Cognitive therapy and the restructuring of early memories through guided imagery. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 4 (1).
- Gilbert, P. (1989). *Human nature and suffering*. (ed. 1989) London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Gilbert, P. (2005). *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy*. London: Routledge.
- Gilbert, P., Cheung, M. S-P., Grandfield, F., Campey, F. & Irons, C. (2003). Recall of threat and submissiveness in childhood: development of a new scale and its relationship with depression, social comparison and shame. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 10, 108-115.
- Guedeney, N. & Guedeney, A. (2004). *Vinculação Conceitos e Aplicações*. Lisboa: Climepsi.
- Hazen, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualised as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511–524.
- Hill, M. M., & Hill, A. (2008). *Investigação por questionário* (2ª ed.). Coimbra: Edições Sílabo.
- Howell, D. (2006). *Statistical methods for psychology* (6ª ed.). USA: Thomson Wadsworth.
- Irons, C. & Gilbert, P. (2005). Evolved mechanisms in adolescent anxiety and depression symptoms: the role of the attachment and social rank systems. *Journal of Adolescence* 28, 325-341.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (2ª ed.). New York: Guilford.

- Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- Matos, M. & Gouveia, P. (2011). *Memórias precoces de calor e segurança na infância: Estudo das propriedades psicométricas da versão portuguesa da EMWSS*. Manuscrito em preparação.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2004). Security-based self-representations in adulthood: Contents and processes. In N. S. Rholes & J. A. Simpson (Eds.). *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 159–195). New York: Guilford Press.
- Muris, P., Meesters, C., van Melick, M. & Zwambag, L. (2001). Self-reported attachment style, attachment quality, and symptoms of anxiety and depression in young adolescents. *Personality and Individual Differences*, 30, 809-818.
- Nickerson, A. & Nagle, R.J. (2005). Parent and peer relations in middle childhood and early adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 25, 223-249.
- Nunnally, J. (1978). *Psychometric theory* (2ª Ed.). USA: McGraw Hill.
- Pais-Ribeiro, J. L., Honrado, A. & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de ansiedade, depressão e stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 5, 229-239.
- Perry, B. D., Pollard, R. A., Blakley, T. L., Baker, W. L., & Vigilante, D. (1995). Childhood trauma, the neurobiology of adaptation and ‘use—dependent’ development of the brain: How ‘states’ become ‘traits’. *Infant Mental Health Journal*, 16, 271–291.
- Pestana, M. & Gageiro, J. (2008). *Análise de dados para ciências sociais* (5ª.Ed.). Lisboa: Edições Sílabo, Lda.
- Ritcher, A., Gilbert, P. & McEwan, K. (2009). Development of an early memories of warmth and safeness scale and its relationship to psychopathology. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 82, 171-184.
- Richter, J., Eisemann, M., & Richter, G. (1991). Perceived parental rearing and state versus trait aspects of adult depression. *Psychopathology*, 24, 25–30.
- Schneider, B. H., Atkinson, L., & Tardif, C. (2001). Child-parent attachment and children's peer relation: a quantitative review. *Developmental Psychology*, 37, 86-100.

Sharpe, T. M., Killen, J. D., Bryson, S. W., Shisslak, C. M., Estes, L. S., Gray, N., Crago, M., & Taylor, C. B. (1998). Attachment style and weight concerns in preadolescent and adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 23, 39-44.

Soares, I. (2000). Psicopatologia do desenvolvimento e contexto familiar: Teoria e investigação das relações de vinculação. In I. Soares (Ed.), *Psicopatologia do desenvolvimento: Trajectórias (in)adaptativas ao longo da vida* (pp. 381-434). Coimbra: Quarteto editora.

Trevarthen, C. (2003). Infant psychology is an envolving culture. *Human Development*, 46, 233-246.

Anexos

Anexo 1 - Autorização do autor para a utilização da Escala EMWSS

From: Maria Inês [ines_martinho_3@hotmail.com]

Sent: 10 Nov 2011 02:51

To: Paul Gilbert

Subject: Request Permission tu use Early Memories of Warmth and Safeness Scale

Dear Gilbert

I am a student of Masters in Clinical Psychology at the Instituto Superior Miguel Torga in Coimbra, Portugal and i am implementing, this year,a dissertation, supervised by Professor Marina Cunha.

In my research, I will use the Early Memories of Warmth and Safeness Scale (EMWS). Thus,came hereby request permission to use this instrument.

Thank you for your attention

Yours sincerely,

Maria Inês Martinho

From: P.Gilbert@derby.ac.uk

To: ines_martinho_3@hotmail.com

Date: 10 Nov 2011 05:27:44

Subject: RE: Request Permission tu use Early Memories of Warmth and Safeness Scale

Dear Maria

all our scales are free for use on our website -- so feel free - All we ask is that if you translate them to provide them for us to put on the website

bw

Paul

Anexo 2 - Autorização do autor para a utilização da Escala AQ_C

On Nov 8, 2011, at 7:19 PM, Maria Inês <ines_martinho_3@hotmail.com> wrote:

Dear Killen

I am a student of Masters in Clinical Psychology at the Instituto Superior Miguel Torga in Coimbra, Portugal and i am implementing, this year, a dissertation, supervised by Professor Marina Cunha.

In my research, I will use the Attachment Questionnaire for Children (AQ-C). Thus, came hereby request permission to use this instrument.

Thank you for your attention
Yours sincerely,

Maria Inês Martinho

Subject: Re: Request Permission to use the Attachment Questionnaire for Children (AQ-C)

From: drwho@stanford.edu

Date: Wed, 9 Nov. 2011 20:30:21

To: ines_martinho_3@hotmail.com

Feel free to use

Sent from my iPhone

Anexo 3 - Autorização do autor para a utilização da Escala DASS-21

De: Maria Inês [mailto:ines_martinho_3@hotmail.com]

Enviada: quinta-feira, 10 de Novembro de 2011 02:43

Para: apostolo@esenfc.pt

Assunto: Pedido de autorização para a utilização da DASS-21

Boa noite

Sou aluna de Mestrado em Psicologia clínica no Instituto Superior Miguel Torga em Coimbra, estando a realizar, durante este ano, a dissertação de mestrado, orientada pela Professora Doutora Marina Cunha.

Na minha investigação, irei estudar em que medida as memórias da infância têm implicações a nível psicopatológico, pelo que irei utilizar a Escala de Depressão, Ansiedade e Stress (DASS-21). Deste modo, vinha por este meio pedir autorização para a utilização deste instrumento.

Muito Obrigado pela atenção

Com os melhores cumprimentos,

Maria Inês Martinho

From: apostolo@esenfc.pt

To: ines_martinho_3@hotmail.com

Subject: RE: Pedido de autorização para a utilização da DASS-21

Date: Fri, 11 Nov. 2011 09:02:28

Dra. Maria Inês Martinho

Obrigada pelo interesse.

Está autorizada a utilizar a DASS-21

Com os melhores cumprimentos

João Apóstolo

Anexo 4 -- Pedido de Autorização às Escolas

Exmo. Senhor(a),

Presidente do Conselho Diretivo da Escola



Eu, Maria Inês Antunes Martinho, tendo concluído a minha Licenciatura em Psicologia Clínica, no Instituto Superior Miguel Torga, em Coimbra, no ano de 2010, estou atualmente a realizar um estudo de investigação conducente ao Grau de Mestre, que visa analisar a relação entre as memórias de calor e segurança na infância e a perceção atual dos jovens sobre os seus estados emocionais negativos, qualidade de vida e formas de lidar com as suas emoções.

Para este efeito, solicito a V.Ex.^a que se digne a autorizar a recolha de dados na escola que preside. A recolha será efetuada através do preenchimento de questionários breves, demorando cerca de 20 minutos. A participação dos alunos é **voluntária, anónima** e os dados recolhidos serão usados apenas para fins de investigação. Serão previamente explicados os objetivos do estudo aos participantes, podendo estes desistir da sua participação em qualquer momento.

Encontro-me ao dispor para qualquer esclarecimento e deixo, ainda, o meu contacto pessoal e eletrónico.

Agradeço a atenção dispensada.

Com os meus melhores cumprimentos

Maria Inês Antunes Martinho

Contactos:

Telemóvel: 91.....

E-mail: ines_martinho_3@ Hotmail.com

Anexo 5 - Consentimento Informado



Caro(a) Encarregado de Educação,

No âmbito da minha dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica estou a desenvolver um estudo com o objetivo de analisar as memórias de calor e segurança da infância e qual a sua associação com a perceção atual dos jovens sobre a sua qualidade de vida e formas de lidar com as suas emoções.

Como instrumento de recolha de dados serão utilizados questionários de auto-resposta a ser preenchidos pelos alunos. O seu preenchimento não leva mais de 20 minutos e as respostas a estes serão anónimas e toda a informação recolhida é confidencial e apenas utilizada para fins científicos.

A participação do aluno é estritamente voluntária e, em qualquer momento, poderá desistir de colaborar. O participante terá todo o direito de esclarecer qualquer dúvida acerca do estudo, sempre que julgar necessário.

A participação do seu educando é da maior importância para o sucesso deste projeto de investigação e, neste sentido, solicito a Vossa autorização.

Obrigada pela sua colaboração

Eu, _____, Encarregado(a) de Educação
do aluno(a) _____

☐ Autorizo

☐ Não autorizo

o meu educando a participar no estudo.

Castelo Branco, ____ de _____ de 2011

O Encarregado de Educação

Anexo 6 - Protocolo

Folha de Rosto

Apresentação

A presente investigação tem como objetivo principal analisar as memórias emocionais da infância e relacionar com a qualidade de vida e formas de lidar com as emoções na adolescência.

Para isso solicitamos, então, a tua valiosa colaboração!

A tarefa consiste em preencher os questionários que se seguem tendo em conta as instruções que acompanham cada um deles.

Não se tratam de testes, por isso não há respostas certas nem erradas. Procura ser o mais sincero(a) possível nas tuas respostas.

Os questionários são **anónimos**, não tens que escrever o teu nome em lado nenhum, e **confidenciais**, mais ninguém terá acesso a eles.

No fim, antes de entregares, confirma se respondeste a todas as questões, incluindo o preenchimento dos dados pedidos nesta folha. Não te esqueças de virar as folhas, pois elas estão escritas frente e verso.

OBRIGADA pela tua colaboração!

Idade: _____ anos

Sexo: Feminino ☐ Masculino ☐

Ano de escolaridade (Ano que estás a frequentar): _____ ano.

Anexo 7 - Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança na Infância (EMWSS)

EMWS-A

(Richter, Gilbert, & McEwan, 2009)

(Tradução e adaptação da versão portuguesa: Matos & Pinto-Gouveia, 2010)

Esta escala explora algumas das memórias emocionais da nossa infância. Em baixo, encontra-se um conjunto de afirmações relativas a sentimentos e emoções que possas ter tido quando eras criança. Por favor, lê cuidadosamente cada frase e faz um círculo em torno do número à direita da frase que melhor descreve as tuas emoções durante a infância.

	0 = Não, nunca	1 = Sim, mas raramente	2 = Sim, alguma s vezes	3 = Sim, frequentemente	4 = Sim, a maior parte do tempo
1. Sentia-me seguro(a) e protegido(a).	0	1	2	3	4
2. Sentia-me valorizado(a) pela minha maneira de ser.	0	1	2	3	4
3. Sentia-me compreendido(a).	0	1	2	3	4
4. Sentia-me aconchegado(a) pelas pessoas à minha volta.	0	1	2	3	4
5. Sentia-me à vontade a partilhar os meus sentimentos e pensamentos com as pessoas à minha volta.	0	1	2	3	4
6. Sentia que as pessoas gostavam da minha companhia.	0	1	2	3	4
7. Sabia que podia contar com a empatia e compreensão das pessoas mais próximas quando estava infeliz.	0	1	2	3	4
8. Sentia-me calmo(a) e em paz.	0	1	2	3	4
9. Sentia que era um membro querido da minha família.	0	1	2	3	4
10. Conseguia facilmente ser amparado(a)/reconfortado(a) por aqueles que me eram próximos quando estava infeliz.	0	1	2	3	4
11. Sentia-me amado(a).	0	1	2	3	4

Memórias Positivas Precoces, Estilos de Vinculação e Estados Emocionais Negativos

12. Sentia-me à vontade em recorrer a pessoas importantes para mim para pedir ajuda ou conselhos.	0	1	2	3	4
13. Sentia-me integrado(a) no grupo de pessoas à minha volta.	0	1	2	3	4
14. Sentia-me amado(a) mesmo quando as pessoas estavam aborrecidas com algo que eu tinha feito.	0	1	2	3	4
15. Sentia-me feliz.	0	1	2	3	4
16. Sentia-me ligado(a) aos outros.	0	1	2	3	4
17. Sabia que podia contar com aqueles que me eram próximos para me consolar quando eu estava aborrecido(a)/perturbado(a).	0	1	2	3	4
18. Sentia que os outros se importavam comigo.	0	1	2	3	4
19. Tinha um sentimento de pertença.	0	1	2	3	4
20. Sabia que podia contar com a ajuda daqueles que eram próximos quando estava infeliz.	0	1	2	3	4
21. Sentia-me descontraído(a).	0	1	2	3	4

Anexo 8 - Escala de Vinculação (AQ-C)

AQ-C

(Sharpe, T. M., et al., 1996)

(Tradução e adaptação de Cunha, M., Pinto-Gouveia, J. & Xavier, A. 2011)

Qual das seguintes frases descreve melhor os teus sentimentos?

Por favor, faz um círculo na letra da resposta que MELHOR te descreve. Escolhe apenas uma letra.

- (a) Acho que é muito fácil relacionar-me com os outros. Tenho facilidade em confiar nos outros e que outras pessoas confiem em mim. Não fico frequentemente preocupado(a) com o poder ser abandonado(a), ou se alguém está demasiado próximo de mim.
- (b) Sinto-me um pouco desconfortável em estar próximo dos outros. Acho que é difícil confiar plenamente nos outros e ficar dependente deles. Fico nervoso(a) se alguém se aproxima demasiado de mim, e, frequentemente, sinto que os meus amigos querem estar mais próximos de mim do que aquilo que me é confortável.
- (c) Acho que os outros não estão tão próximos de mim como eu gostaria. Preocupo-me frequentemente com o facto de os meus amigos não gostarem realmente de mim, ou que não sejam meus amigos por muito tempo. Gosto de passar grande parte do tempo com outras pessoas e isso às vezes assusta/afugenta as pessoas.

Anexo 9 - Escala da Depressão, Ansiedade e Stress (DASS-21)

DASS-21

(Lovibond, S. H. & Lovibond, P. F., 1995)

(Tradução e adaptação: Apóstolo, J. L. , Mendes, A. C. & Azaredo, Z. A., 2006)

Por favor lê as seguintes afirmações e assinala com um círculo o número (0, 1, 2, 3) que indica quanto cada afirmação se aplica a ti *durante os últimos dias*. Não há respostas correctas ou incorrectas. Não demores demasiado tempo em cada resposta.

A escala de classificação é a seguinte:

- 0 Não se aplicou a mim.
- 1 Aplicou-se a mim um pouco, ou durante parte do tempo.
- 2 Aplicou-se bastante a mim, ou durante uma boa parte do tempo.
- 3 Aplicou-se muito a mim, ou a maior parte do tempo.

Nos últimos dias:

1.Tive dificuldade em me acalmar/descomprimir	0	1	2	3
2.Dei-me conta que tinha a boca seca.....	0	1	2	3
3.Não consegui ter nenhum sentimento positivo	0	1	2	3
4.Senti dificuldade em respirar (por exemplo, respiração excessivamente rápida ou falta de respiração na ausência de esforço físico).....	0	1	2	3
5.Foi-me difícil tomar iniciativa para fazer as coisas.....	0	1	2	3
6.Tive tendência para reagir exageradamente em certas situações.....	0	1	2	3
7.Senti tremores (por exemplo, das mãos ou das pernas)	0	1	2	3
8.Senti-me muito nervoso.....	0	1	2	3
9.Preocupe-me com situações em que poderia vir a sentir pânico e fazer um papel ridículo.....	0	1	2	3
10.Senti que não havia nada que me fizesse andar para a frente (ter expectativas positivas)	0	1	2	3
11.Senti que estava agitado.....	0	1	2	3
12.Senti dificuldades em relaxar	0	1	2	3
13.Senti-me triste e deprimido.....	0	1	2	3

Memórias Positivas Precoces, Estilos de Vinculação e Estados Emocionais Negativos

14.Fui intolerante quando qualquer coisa me impedia de realizar o que estava a fazer.....	0	1	2	3
15.Estive perto de entrar em pânico	0	1	2	3
16.Não me consegui entusiasmar com nada	0	1	2	3
17.Senti que não valia muito como pessoa	0	1	2	3
18.Senti que andava muito irritável	0	1	2	3
19.Senti o bater do meu coração mesmo quando não fazia esforço físico (Ex: sensação de aumento do bater do coração ou falhas no bater do coração)...	0	1	2	3
20.Tive medo sem uma boa razão para isso.....	0	1	2	3
21.Senti que a vida não tinha nenhum sentido	0	1	2	3